

もぐもぐ白書



小さなひとくちに たしかな品質を
「赤ちゃんもぐもぐラボ」

目次

はじめに

P2. 「もぐもぐ白書」とは

第1章 乳幼児の食事に関する意識調査

P3. ①育児の中心は“食事”！でも、正解がわからない？ 「共育(トモイク)時代」のママ・パパのリアルを調査

P4. ②食べていたものすら突然食べなくなる… 永遠のテーマ「食ベムラ」悩みとの向き合い方

第2章 赤ちゃんの健康と健全な発育を応援する「ベビーフード自主規格」とは

P5. そのベビーフード、どんな基準で作られているか知っていますか？

第3章 和光堂ブランドの『もぐもぐ』を支える、品質へのこだわり

P6. ①日本ベビーフード協議会の基準を満たしたこだわりの商品づくり

P7. ②和光堂の厳しい品質管理体制と食品検査体制／和光堂商品ラインアップのご紹介

「もぐもぐ白書」とは

本白書は、離乳食に関する意識調査、日本ベビーフード協議会の自主規格、
和光堂ブランド独自の品質基準などをまとめ、
育児を社会全体で支え合う時代にふさわしい離乳食のあり方を提起するものです。

赤ちゃんの食事において、大切なのは「安全性」と「信頼できる品質」であること。
国の基準に加え、より厳しい「ベビーフード自主規格」を遵守する和光堂では、
長年「赤ちゃん設計」にこだわり、
発達段階に合わせた一口の大きさや食感にまで丁寧に取り組んでいます。

2025年10月には、育児・介護休業法の改正により、育児を取り巻く環境が変化する今、
ベビーフードが果たす役割はますます大きくなっています。

ママ・パパが育児を楽しんでいただけるように
本白書を通じて、和光堂が大切にしている“品質へのこだわり”と、
ベビーフードの価値を改めてお伝えしてまいります。

■本白書が目指すこと

現在、育児を始めたばかりのママ・パパの多くが赤ちゃんの食事に不安を抱えています。
和光堂は、ベビーフードを通じてそうした家庭の負担を軽減し、育児をより前向きに続けられるよう支えたいと考えています。
「もぐもぐ白書」は、離乳食に関する課題を共有し、安心と理解を広げることを目指す、和光堂の想いを形にした一冊です。

「赤ちゃんもぐもぐラボ」について

「赤ちゃんもぐもぐラボ」とは、月齢に合わせて素材の大きさや食感にこだわりぬいたベビーフードを展開するラボ。

ママとパパが協力して育児をすることが増えてきた今、和光堂では、安全・安心な製法で作るベビーフードで、育児を始めたばかりで赤ちゃんの食事に悩みを持つママ・パパにとことん寄り添います。



■調査概要

- ・調査地域：全国
- ・調査方法：インターネットリサーチ
- ・調査時期：2025年8月22日(金)～8月26日(火)
- ・調査対象：生後5か月～18か月の子をもつ、20～44歳の男女
- ・有効回答数：1,000名

※製造業(酒類)、調査・広告代理業、医療業の業種は除く

サンプル数	20代	30代	40代	合計
男性	31名	224名	109名	364名
女性	161名	413名	62名	636名

育児の中心は“食事”！でも、正解がわからない？

「共育時代」^{トモイク}のママ・パパのリアルを調査

～乳幼児の食事に関する意識調査～

調査の結果、ママ・パパが最も育児で時間をかけていることは「食事」であることが分かりました。また、離乳食期の子どもの食事において、「栄養バランス」だけでなく、「月齢に合わせた食材の大きさや固さ」にも気をつけている人が多いことが明らかになりました。また、子どもの食事に関する悩みは尽きず、バランス良くおいしく食べてもらえるようなメニューの考案に多くの人が頭を悩ませています。

■育児で時間をかけていること1位は「食事」

育児で時間をかけていることランキング

1位 食事	51.5%	(n=1,000)
2位 睡眠	49.4%	
4位 子どもとのコミュニケーション	46.2%	
3位 遊び	46.3%	
5位 衛生管理（おむつ交換など）	13.0%	

* あてはまるものを3つまで回答

■離乳食期の「赤ちゃんの食事」において重視するポイント？

(n=1,000)

1位 栄養バランス	53.6%
2位 月齢に合わせた食材の大きさや固さ	44.9%
3位 安全・安心な食材	41.8%

* あてはまるものすべて回答

時間をかけて大切にしている「食事・離乳食」、様々な悩みが

■育児の悩み「食事・離乳食に関すること」が第1位

育児で悩みや負担に感じていることランキング (n=1,000)

1位 食事・離乳食に関すること	40.0%
1位 日中の遊び方・過ごし方	40.0%
3位 寝かしつけ・夜泣きに関すること	35.3%

* あてはまるものすべて回答

■子どもの食事・離乳食に関するリアルな悩みランキング TOP3

(n=1,000)

1位 栄養バランスが取れているか不安	33.6%
2位 毎日の献立を考えるのが大変	31.6%
3位 食ベムラがある	25.0%

* あてはまるものすべて回答

リアルな悩みの声

- ・大人と同じものが食べられないから別メニューを考えるのが大変…。(30代/埼玉県)
- ・ミルク以外のものを好んでくれない！(20代/山口県)
- ・遊び食べが多く、何回も注意してイライラして怒ってしまうことに罪悪感…。(20代/千葉県)



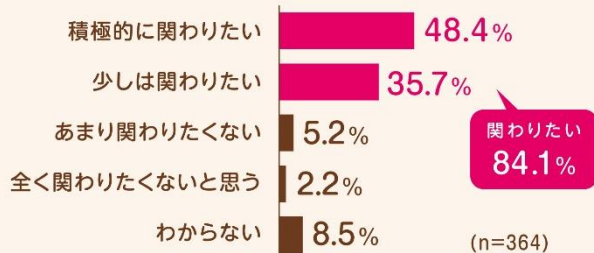
パパの育児参加に高まる期待。しかし、食事の分担にはまだ課題も

【参考】2025年10月から育児・介護休業法改正

2025年4月より育児・介護休業法が段階的に施行されておりますが、2025年10月に育児・介護休業法が改正されます。2025年4月1日からの施行によって、従業員300人超の企業には、自社のウェブサイトや厚生労働省の専用サイトなどで育児休業取得情報の公表が義務化され、男性の育児休業取得率も公表する必要があります。これにより、パパの育児参加が社会的に可視化され、家庭内での役割分担、いわゆる「共育（トモイク）」の推進が期待されています。

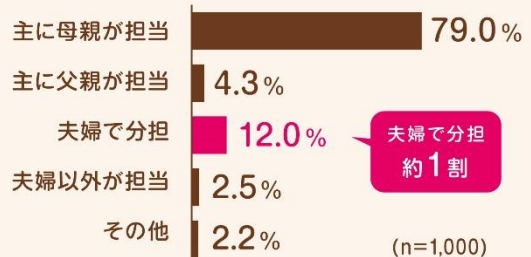
■法改正により、育休がとりやすくなったら…

「子どもの食事の世話に関わりたい」パパ8割超え！



■しかし現実… 子どもの食事を

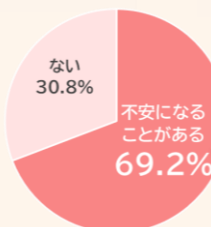
「ママ・パパで分担している」家庭はわずか約1割



■パパの7割弱が

離乳食期における「赤ちゃんの食事」に関して、「不安になることがある」

(n=364)



どんな時に不安を感じる？パパのホンネ

- ・吐き戻しをしてしまう（30代/男性）
- ・子どもが食べるものによって栄養に偏りが出てしまう（40代/男性）
- ・咀嚼が少ない（30代/男性）

食べていたものすら突然食べなくなる… 永遠のテーマ「食ベムラ」悩みとの向き合い方

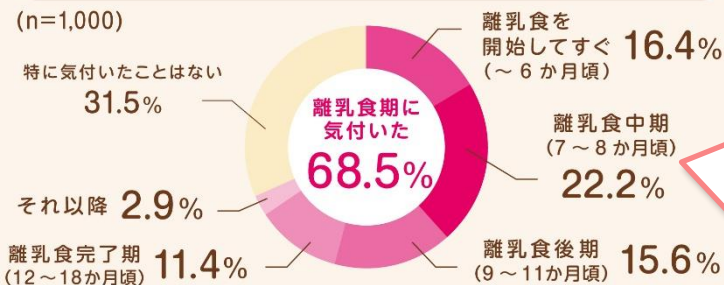
～乳幼児の食事に関する意識調査～

調査の結果、約7割のママ・パパが離乳食期に「子どもの好き嫌いや味の好みに気づいた経験がある」ことが明らかになりました。「昨日まで食べていたのに食べなくなる」「食材の大きさと口にしない」といった声も多く、食事への悩みがうかがえます。一方で、ベビーフードの利用率は7割超。「外出時の携帯用に利用する」、「手作りに組み合わせて使う」「調理しにくい食材を補う」など、ベビーフードは多様な場面で活用されている実態がわかりました。

■ 約7割の人が離乳食期に「子どもの食べ物の好き嫌いに気付いた」経験あり！

最も多いのは「離乳食中期(7～8か月頃)」から。

Q. 子どもの味の好みに気付いたのはいつですか。



“昨日まで食べていたのに…”
食ベムラ・好き嫌いのリアルな体験談

- ・なんでもたくさん食べてくれる子だと思っているのに、たまに全然食べてくれない時が訪れる。味付けの問題なのか具材の問題なのかわからず困る。(20代/大阪府)
- ・新しい食材を始めると、今まで食べていた食材を食べなくなってしまうことがよくある(30代/北海道)
- ・シャバシャバしすぎてたり、食材が大きいと食べ進みが悪い。(20代/東京都)

■ お子さまの食材の苦手克服のために、やっていることは？

大きさ、やわらかさを変えてみる (20代/鳥取県)

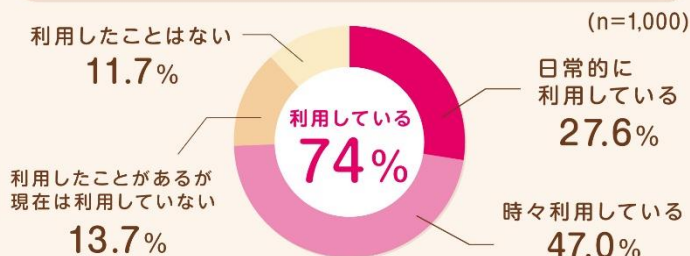
「兄弟より少なめに盛り付けて少ないから頑張ろう」と促す (30代/北海道)

汁物にしたりおかゆに混ぜたりして食べやすくする (40代/福島県)



■ ベビーフードの利用率は、7割超え！

Q. 市販のベビーフードを利用していますか。



ベビーフードは、なぜ使われる？

「外出時に便利だから」が最多！

「手作りのおかゆストックを作る際、半端が出たときに、ボリュームを出すためにベビーフードを合わせて使っている」
「家では繊維があってペーストにしにくい食材」などの回答も…！

その悩み、ベビーフードで解決できるかも？

【コラム】和光堂が語る、ベビーフードが子育ての悩みを助けるワケ

ベビーフードは、手作りの代わりではなく、子育てを支える“もうひとつの選択肢”です。味付けや食材の工夫、栄養バランスなど、自分だけでは難しい部分を補い、ママやパパの不安を和らげる存在になれたらと考えています。

例えば…

悩み① 味付けがワンパターンになりがち → 自分では作れない多彩な味付けが楽しめるベビーフードで解決。

悩み② 食材を細かく刻むのが大変 → 月齢に合わせて調理済みのベビーフードなら手間いらず。

悩み③ たくさんの食材を用意するのが大変 → 使われている食材が多いからうれしい。

悩み④ 何を作ればいいかわからない → 種類も豊富なベビーフードなら迷わず準備できる。

そのベビーフード、どんな基準で作られているか 知っていますか？

～赤ちゃんの健康と健全な発育を応援する「ベビーフード自主規格」とは～

“安全”を守り、“安心”を届けるために。ベビーフード協議会で定めた“厳しい自主規格”があります。

子どもの食べものを選ぶとき、気になるのはやはり「安全性」。

実はベビーフードには、国の基準に加えて、より厳しいベビーフード協議会で定めた「ベビーフード自主規格」が存在します。

この自主規格は、日本ベビーフード協議会に加盟するメーカーによって採用されており、赤ちゃんの健やかな成長を支えるために、より高い安全性と品質が求められています。和光堂もその取り組みに賛同し、ベビーフード協議会で定めた自主規格に則った安全・安心な商品づくりを行っています。



日本ベビーフード協議会

「ベビーフード自主規格第Ⅵ版」をもとに以下のように設計しています

味付け

やわらかさ・物性

食品添加物

衛生管理

残留農薬

遺伝子
組換え食品

商品表示

☑赤ちゃんのために、味付けは「素材をいかした薄味」が基本！

大人が美味しいと感じる味付けは、赤ちゃんにとっては濃すぎることがほとんど…なぜなら、赤ちゃんの腎臓はまだ未発達で、塩分をうまく処理できません。小さい頃から濃い味に慣れてしまうと、将来的に生活習慣病のリスクが高まったり、素材本来の味を感じにくくなったりする可能性があります。

そのため、ベビーフードでは塩分(ナトリウム)の量が厳しく制限されています。

12か月までの
商品

塩分
約0.5%
以下

12か月以降
の商品

塩分
約0.7%
以下

目安として

塩分0.5%は、
お味噌汁を半分に
薄めたくらいの味です。

☑赤ちゃんの月齢に合わせた「やわらかさ」と「形」

赤ちゃんは成長するにつれて、食べ物を噛んだり飲み込んだりする力が発達していきます。離乳食の時期に合わせて、食べ物の「固さ」や「形」が適切でないと、うまく食べられなかったり、丸飲みしてしまったり…。「ベビーフード自主規格」では、赤ちゃんの成長段階に合わせて、ベビーフードの物性(固さや舌触り)を定めています。

離乳初期
(ゴックン期)

なめらかに
すりつぶした状態



離乳中期
(モグモグ期)

舌でつぶせる固さ



離乳後期
(カミカミ期)

歯ぐきで
つぶせる固さ



☑赤ちゃんのために、食品添加物は「最小限」に厳選！

ベビーフード協議会では食品添加物について「食品添加物の使用は必要不可欠な場合に限り、最小限とする。使用できる食品添加物は『ベビーフード添加物リスト』で定める。ただし加工助剤およびキャリーオーバーに該当するものはこの限りではない。」と定められており、この考え方に則り、商品の開発を行っています。

ベビーフード
の基準



厳選された
最小限の添加物

一般的な食品



多様な添加物
(着色料、保存料など)

和光堂は自社独自の「厳格な商品設計の基準」を制定しています



ベビーフードは、ママ・パパの育児を応援する「心強い味方」！

日本ベビーフード協議会の自主規格を遵守して作られたベビーフードは、単に「手軽な食事」ではありません。

赤ちゃんのデリケートな体を守り、健やかな成長と発達を支えることはもちろん、育児を担う家族の誰もが、安心して使える“品質の確かさ”が大きな価値です。共働き世帯の増加や、男性の育休取得など、家族みんなで子育てする時代だからこそ、ベビーフードはママだけでなくパパにとっても、“心強い育児のパートナー”となっています。

日本ベビーフード協議会の基準を満たした こだわりの商品づくり

～和光堂ブランドの『もぐもぐ』を支える、品質へのこだわり①～

和光堂は、日本ベビーフード協議会の自主規格に準拠した商品づくりをしています。

「赤ちゃん品質」のこだわりは100年前から。

日本で最初に小児科を開設した弘田長博士によって創られた和光堂。約100年前、旧和光堂株式会社の初代社長が、栄養不足による日本の乳児死亡率を少しでも低下させようと、国産初の「育児用粉ミルク」をつくり出したものづくりの心を受け継ぎ、最新の生産技術を磨きつづけ、常に厳しい目で、安全最優先で、最高の品質を追求していきます。

栄養不良で亡くなる子どもたちを救いたい！

和光堂の歴史は1906年、小児医学の先駆者・弘田長博士が「栄養不良で亡くなる子どもを救いたい」という思いから開いた和光堂薬局に始まります。博士は小児治療だけでなく、育児に必要な医療用品を輸入・販売し、日本初のベビーパウダー「シッカロール」を開発しました。その志を継いだ大賀彌二は、1917年に国産初の育児用ミルク「キノミール」を誕生させ、母乳不足で苦しむ多くの赤ちゃんを救いました。こうして和光堂は乳幼児用食品や医療用品の国産化を進め、日本の育児を支える基盤を築いてきました。



弘田長博士



何よりも大切にデリケートな赤ちゃんのための育児用品は、安全で、子育てをする方が安心して使えるものでなければなりません。

そのために「品質」は、私たちがお客様にお約束する一番大切な価値と考えています。

「ずっと、赤ちゃん品質。」

和光堂は安全安心な商品を提供するため、品質を最優先として行動しています。

●和光堂が守り続ける商品づくりのこだわり

- ・業界が定めた“日本ベビーフード協議会の自主規格”に対応
- ・自社独自の「厳格な商品設計の基準」を制定
- ・赤ちゃんの発達段階に合わせた「赤ちゃん設計」

- ・当社の栃木さくら工場・岡山工場では、食品安全の規格「FSSC22000」の認証を取得しています。毛髪混入を防ぐ専用衛生服やエアージャワなど、衛生管理も徹底

- ・異物混入/原料由来の夾雑物(きょうざつぶつ)/アレルギーリスクに配慮したチェック体制



【コラム】なぜ月齢に応じて変えていく必要があるの？

母乳や育児用ミルクで育ってきた赤ちゃんが、大人と同じものを食べられるようになるには、「食べる機能」を少しずつ身に付けていく必要があります。

離乳食の役割の1つが、食べる機能を身に付けるための手助けをするというもの。

そのため、まずはすりつぶした食品から始め、身体の成長や発達に合わせて徐々に食べ応えのある大きさ・食感にしていきます。

「グーグーキッチンシリーズ」に使用している、にんじんの大きさは、全部で6種類。月齢に合わせて、だんだん大きくしています。

「赤ちゃんにとって安全な食品づくり」を常に心がけています。

例えば、レトルトベビーフードに使用するカット野菜では、事前にサンプルで状態をチェックし、より精度の高い検品を原料メーカー様に依頼するなど、

当社だけではなく、関係する会社の皆さまと共に良い商品の開発を目指した取り組みをしています。

大人には問題がない原料であっても、身体の小さい赤ちゃんには危害となるような物質が含まれていないか、詳細に調べてからベビーフードに使用できるかを判断します。

ハンバーグやお魚ボールなどは、赤ちゃんが食べやすい理想的な食感となるように、具材を一から開発することも。

ビスケットやクッキーでは、赤ちゃんがなめ溶かして食べやすいように、「くちどけの良さ」を追求して処方検討を重ねています。

自分の子供にも安心して食べさせられる商品を目指して、開発メンバーは皆、日々の仕事に取り組んでいます。



和光堂の厳しい品質管理体制と食品検査体制

～和光堂ブランドの『もぐもぐ』を支える、品質へのこだわり②～

■製造におけるこだわり

当社の栃木さくら工場や岡山工場では、食品安全の規格「FSSC22000」の認証を取得しています。「FSSC22000」は、国際的に認められた食品安全の規格で、お客様に安全な食品をお届けするための仕組みを確立、運用することを目的としています。



可能な限り人手を介さず、「オートメーション化」
厳しい品質管理体制を行っています（例として粉ミルクの場合を表示）

step.1 調合

各原料を調合し、
粉ミルクの素となる原
液を製造する工程です。



step.2 乾燥

原液を乾燥させ、
粉末化する工程です。



step.3 充填

完成した粉ミルクを
缶に充填する工程です。



step.4 出荷

缶の密閉・包装から
出荷までの工程です。



厳格に食品検査を実施（例として粉ミルクの場合を表示）

微生物試験

一般生菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌、セレウス菌、サルモネラなどの微生物が製品から検出されないか、定期的にサンプリング検査を行っています。



官能検査

原液や製品を定めた頻度でサンプリングし、実際に人の感覚（視覚や味覚、嗅覚）で、粉体色、溶解後の味、香り、風味などに異常がないか標準品と比較して確認しています。



放射性物質の分析

定期的に放射性物質の分析を行い、公表しています。

和光堂乳幼児向け食品 ラインアップ

（2025年10月時点）

